



令和3年度

# 11月のこんだて



新川北保育園

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
ごはん	味噌ラーメン		ごはん	ふりかけごはん	五目うどん
味噌汁(玉葱・人参)	味噌ラーメン		豆乳味噌汁(小松菜・舞茸)	味噌汁(豆腐・玉葱)	五目うどん
さば照り焼き	胡瓜ツナ和え		豚肉の香味焼き	ほっけのごま焼き	ブロッコリー中華和え
小松菜納豆和え			大根ツナサラダ	ダイスサラダ	
バナナ(柿)	みかん(バナナ)	グレープフルーツ(キウイ)	バナナ(みかん)	柿(バナナ)	
牛乳・ビスケット	ヨーグルト・鉄強化クラッカー	牛乳・フライドポテト	牛乳・スイートポテト	牛乳・ビスケット	
8	9	10	11	12	13
ごはん	ふりかけごはん	ごはん	ごはん	ジャムサンド	ホリタツパゲティ
味噌汁(大根・わか)	味噌汁(白菜・わか)	味噌汁(大根・麩)	味噌汁(キャベツ・ツメギ)	米粉のコーンポタージュ	麦茶
鶏肉ハカリー風煮込み	鮭フライ	ピビンバ	炒め納豆	鶏肉のカレー焼き	ホリタツパゲティ
白菜とチゲソ菜お浸し	切干大根のナムル	ブロッコリー生姜和え	小松菜しらす和え	人参グラッセ風	キャベツのツナ和え
みかん(バナナ)	グレープフルーツ(キウイ)	オレンジ(バナナ)	パイナップル(りんご)	グレープフルーツ(バナナ)	みかん(バナナ)
牛乳・豆パン	牛乳・ごまクッキー	牛乳・粉ふき芋	牛乳・南瓜パン	鉄強化チーズ・麦茶・せんべい	牛乳・せんべい
15	16	17	18	19	20
ごはん	味噌ラーメン	ごはん	ごはん	ふりかけごはん	五目うどん
味噌汁(玉葱・人参)	味噌ラーメン	麦茶	豆乳味噌汁(小松菜・舞茸)	味噌汁(豆腐・玉葱)	五目うどん
さば照り焼き	胡瓜ツナ和え	ハヤシライス	豚肉の香味焼き	ほっけのごま焼き	ブロッコリー中華和え
小松菜納豆和え		キャベツと胡瓜の甘酢和え	大根ツナサラダ	ダイスサラダ	
バナナ(柿)	みかん(バナナ)	オレンジ(バナナ)	グレープフルーツ(キウイ)	バナナ(みかん)	柿(バナナ)
牛乳・カザシゼリー・せんべい	ヨーグルト・鉄強化クラッカー	牛乳・きなこマカロニ	牛乳・フライドポテト	牛乳・スイートポテト	牛乳・ビスケット
22	23	24	25	26	27
ごはん		ごはん	ごはん	ジャムサンド	
味噌汁(大根・わか)		味噌汁(大根・麩)	味噌汁(キャベツ・ツメギ)	米粉のコーンポタージュ	
鶏肉ハカリー風煮込み		ピビンバ	炒め納豆	鶏肉のカレー焼き	
白菜とチゲソ菜お浸し		ブロッコリー生姜和え	小松菜しらす和え	人参グラッセ風	
みかん(バナナ)	オレンジ(バナナ)	パイナップル(りんご)	グレープフルーツ(バナナ)		
牛乳・豆パン	牛乳・粉ふき芋	牛乳・南瓜パン	鉄強化チーズ・麦茶・せんべい		
29	30	例	<p>【毎月1日は野菜の日】 【毎月19日は食育の日】</p>		
ごはん	★誕生会★	園児共通主食			
麦茶	お外ラーメン(醤油or味噌)	園児共通 献立			
ハヤシライス	ゆで卵 のり	3時のおやつ			
キャベツと胡瓜の甘酢和え	なると チャーシュー				
オレンジ(バナナ)	野菜 果物2種				
牛乳・ビスケット	牛乳・ホットサンド				

☆1～2歳児：午前のおやつに牛乳と（ ）内の果物を提供します。

☆献立は入荷の都合により変更する場合があります。